

HUBUNGAN *SELF-REGULATED LEARNING* DENGAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS TEKNOLOGI SUMBAWA

Oleh:

Abdika Tulus Sukmawansyah; Lukmanul Hakim; Roni Hartono
Fakultas Psikologi, Universitas Teknologi Sumbawa
Email: abdikatulussukmawansyah@gmail.com

ABSTRACT

This research aims to know the relationship between self-regulated learning and academic achievement of students. This research used quantitative descriptive approach. The technique of taking sampling is purposive sampling. Withdrawing sampling used Slovin formula and determining sampling representatively were conducted by using cluster sampling. The sample of this research is seventy three students of psychology department in Sumbawa University of Technology. The data of the research was carried out by using instrumental research called self-regulated learning dan academic achievement sheet. The instrument of reliability test using validity contrast based on factor analysis. The result of this research showed that there are positive correlations between self-regulated learning and academic record by value of co-efficiency correlation 0,420 with p value = 0,0001/ $p < 0,05$ which means the higher it is self-regulated learning of students so the better it is academic achievement, and vice versa. The lower self-regulated learning of students so the lower academic achievement of students. Based on the research output, generally self regulated learning of student faculty of psychology be on average category and their academic achievement be on high level. Self regulated gives effective support on academic record by 17,7 % and 82,3 % was affected by other factors out of this research issues.

Keywords : *Self-Regulated Learning, Academic Achievement*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-regulated learning* dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Teknologi Sumbawa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Teknik pengambilan sampel penelitian menggunakan *purposive sampling*, penarikan sampel menggunakan bantuan rumus slovin dan penetapan sampel secara refresentatif menggunakan *cluster sampling*. Sampel penelitian berjumlah 73 orang mahasiswa fakultas psikologi Universitas Teknologi Sumbawa. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan instrumen penelitian berupa skala *self-regulated learning* dan lembar IPK mahasiswa. Uji validitas instrumen penelitian menggunakan validitas kontrak berdasarkan analisis faktor. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan (korelasi) positif dan signifikan antara *self-regulated learning* dan prestasi akademik dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,420 dengan nilai p hitung = 0,0001 / $p < 0,05$ yang berarti semakin tinggi *self-regulated learning* mahasiswa, maka akan semakin baik prestasi akademik mahasiswa, dan begitupun juga sebaliknya. Semakin rendah *self-regulated learning* mahasiswa, maka akan semakin rendah pula prestasi akademik mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian, secara umum *self-regulated learning* mahasiswa fakultas psikologi Univeristas Teknologi Sumbawa berada pada kategori sedang dan prestasi akademik mahasiswa berada pada kategori tinggi. *Self-regulated learning* memberikan sumbangan efektif terhadap prestasi akademik mahasiswa fakultas psikologi Universitas Teknologi Sumbawa sebesar 17.7% dan 82.3% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian.

Kata kunci : *Self-Regulated Learning, Prestasi Akademik*

PENDAHULUAN

Dewasa ini, seiring berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi menyebabkan munculnya persaingan dalam berbagai aspek kehidupan, salah satunya pendidikan. Pendidikan memegang peranan penting dalam rangka memajukan dan mencerdaskan kehidupan suatu bangsa melalui pengembangan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas.

Dalam kaitannya dengan SDM yang berkualitas, peran mahasiswa menjadi sangat sentral, mengingat, mahasiswa merupakan *agen of change* dan *agent of control* yang ke depannya akan menjadi generasi penerus bangsa. Untuk itulah, mahasiswa senantiasa dituntut untuk dapat meningkatkan kemampuan dan keahliannya agar dapat bersaing dan menyesuaikan diri dengan dunia global.

Dalam rangka meningkatkan kemampuan dan keahliannya, mahasiswa dituntut agar lebih mandiri,

disiplin serta bertanggung jawab dalam proses belajarnya sendiri. Proses serta cara belajar yang diterapkan di perguruan tinggi berbeda dengan tingkat menengah. Sistem pendidikan di perguruan tinggi yang memberlakukan SKS (Satuan Kredit Semester) mengharuskan mahasiswa mengambil tanggung jawab terhadap kegiatan belajarnya sesuai dengan beban SKS yang ditempuh.

Keberhasilan mahasiswa dalam menjalani proses pendidikan dapat dilihat dari prestasi akademiknya. Prestasi akademik merupakan hasil dari kemampuan seseorang selama menjalani proses pendidikan berupa IP (Indeks Prestasi). Prestasi akademik yang tinggi menjadi dambaan dan tujuan yang ingin dicapai oleh semua pihak. Untuk mencapai prestasi akademik yang baik, diperlukan kemandirian dan kedisiplinan dalam belajar yang dicerminkan melalui sikap regulasi diri dalam belajar. Akan tetapi pada kenyataannya, banyak dari mahasiswa

yang mengalami kesulitan dalam meregulasi dirinya dalam belajar.

Fenomena di atas juga dialami oleh mahasiswa fakultas psikologi Universitas Teknologi Sumbawa, di mana terlihat bahwa masih banyak dari mahasiswa yang kurang mampu meregulasi diri dalam belajar. Seperti halnya ketika dosen tidak hadir di dalam kelas, mahasiswa cenderung menghabiskan waktu mereka untuk bermain, membicarakan sesuatu yang tidak terkait dengan materi belajar, bergurau atau bahkan pergi ke kantin daripada belajar sendiri di kelas. Rendahnya kemampuan atau keterampilan mahasiswa dalam meregulasi diri dalam belajar juga mengakibatkan penundaan tugas akademik yang akhirnya membuat mahasiswa mengerjakan tugas secara asal-asalan. Di samping itu, mahasiswa juga sering kali belajar dengan “sistem kebut semalam” ketika menghadapi ujian tengah semester maupun ujian akhir semester yang pada akhirnya mempengaruhi indeks prestasi mahasiswa. Saat individu kehilangan strategi dalam meregulasi dirinya sendiri, maka akan mengakibatkan proses belajar dan penurunan performa yang lebih buruk sebagaimana yang disebutkan Zimmerman (Minauli dan Butarbutar, 2011).

Regulasi diri dalam belajar dikenal dengan istilah *self-regulated learning*. Zimmerman (1989), menyebutkan bahwa pembelajar yang memiliki regulasi diri dalam belajar ialah pembelajar yang menerapkan strategi belajar melalui pengaktifan metakognisi, motivasi dan perilaku belajar aktif dalam proses belajar mereka sendiri. Zimmerman (Kristiyani, 2016) mengemukakan, seorang pembelajar dikatakan mampu meregulasi dirinya saat pikiran dan tindakannya berada dibawah kendali mereka sendiri. Santrock (Yulianti, dkk., 2016) mengemukakan bahwa *self regulated learning* yakni memunculkan dan memonitor diri sendiri, meliputi pikiran, perasaan dan perilaku guna mencapai suatu tujuan.

Corno (Ulum, 2016) mengemukakan karakteristik pembelajar yang memiliki *self-regulated learning* dengan yang tidak yakni pembelajar umumnya mengetahui bagaimana menggunakan suatu strategi yang melibatkan fungsi kognitif (repetisi, elaborasi dan organisasi) yang membantu pembelajar dalam menyelesaikan, mengubah, mengarahkan, memperluas dan mendapatkan kembali informasi, pembelajar mengetahui bagaimana merencanakan, memonitor proses mental terhadap tujuan-tujuan personal mereka yang hendak dicapai (metakognisi), menunjukkan keyakinan motivasi, seperti perasaan keyakinan akan kemampuan pembelajar dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, menetapkan tujuan-tujuan belajarnya, mengembangkan emosi positif terhadap tugas-tugas belajar, seperti rasa puas dan dorongan semangat yang tinggi, pembelajar mampu dalam merencanakan dan mengatur waktu dan upaya yang digunakan terhadap tugas-tugas dan pembelajar mampu membentuk lingkungan belajar yang baik yang dapat membantu dalam belajar, seperti: menemukan lingkungan belajar yang sesuai dan mencari bantuan kepada guru/dosen, orang dewasa dan teman sebaya

ketika tengah mengalami kesulitan serta pembelajar memperlihatkan upaya atau inisiatif yang lebih besar dalam memonitor dan mengontrol proses belajar sendiri.

Self-regulated learning merupakan salah satu faktor kesuksesan seseorang dalam belajar. Hal ini sebagaimana yang dikemukakan oleh Boekaerts (Kristiyani, 2016) bahwa kunci kesuksesan belajar adalah kemampuan meregulasi cara belajar sendiri. Pendapat lain, menurut Susanto (Yulianti, dkk., 2016), regulasi diri merupakan faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam menjalani proses pendidikan.

Berdasarkan uraian masalah di atas, maka semakin memperkuat ketertarikan peneliti untuk membahas lebih lanjut mengenai *self-regulated learning*. Terlebih lagi dari masalah faktual yang terjadi di lapangan diketahui bahwa banyak mahasiswa yang kurang mampu meregulasi dirinya dalam belajar sehingga berdampak pada penurunan performa dalam proses belajar yang akhirnya akan berdampak pada hasil belajar yang kurang optimal. Berangkat dari latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self-Regulated Learning* dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Teknologi Sumbawa”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif yang bersifat korelasional. Populasi dalam penelitian ini yakni mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Teknologi Sumbawa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan bantuan rumus Slovin dan penetapan sampel secara refresentatif berdasarkan tingkatan menggunakan *cluster sampling* dengan jumlah sampel sebesar 73 orang. Adapun alat ukur yang digunakan dalam pengumpulan data yakni: (1) Skala *self-regulated learning*: disusun berdasarkan 14 strategi *self-regulated learning* yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989). Skala ini memiliki nilai *anti-image correlation* sebesar 0,554 sampai 0,858 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,903. (2) Lembar IPK mahasiswa: prestasi akademik mahasiswa dilihat dari IPK mahasiswa yang diperoleh selama menjalani proses belajar. Data IPK mahasiswa diperoleh dari lembar IPK semester ganjil tahun ajaran 2017/2018.

HASIL & PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh koefisien korelasi bernilai positif dengan nilai 0,420, dan nilai sig. (p hitung) = 0,0001 atau $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis peneliti diterima, dimana terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self-regulated learning* dengan prestasi akademik. Periantalo (2016) mengemukakan bahwa koefisien korelasi sebesar 0,420 menunjukkan kekuatan korelasi yang terjadi berada dalam kategori sedang (0,41-0,60). Hubungan positif dan signifikan menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-regulated learning* mahasiswa, maka semakin tinggi pula prestasi akademik mahasiswa dan demikian sebaliknya. Semakin rendah *self-regulated learning* mahasiswa maka

semakin rendah pula prestasi akademik mahasiswa. Hasil ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan Schunk (Mahmoodi, Kalantari & Ghaslani, 2014) bahwa *self-regulated learning* merupakan mekanisme guna membantu dalam menjelaskan perbedaan prestasi di antara para mahasiswa dan sebagai sarana untuk meningkatkan prestasi belajar.

Berdasarkan distribusi frekuensi kategorisasi *self-regulated*, dari 73 subjek diketahui 4 subjek (5,5%) berada pada kategori *self-regulated learning* sangat tinggi, 13 subjek (17,8%) berada pada kategori *self-regulated learning* tinggi, 35 subjek (47,9%) berada pada kategori *self-regulated learning* sedang, 18 subjek (24,7%) berada pada kategori *self-regulated learning* rendah dan 3 subjek (4,1%) berada pada kategori sangat rendah. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* mahasiswa secara umum berada pada kategori sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa fakultas psikologi Universitas Teknologi Sumbawa cukup baik meregulasi dirinya dalam belajar.

Berdasarkan distribusi frekuensi kategori prestasi akademik, dari 73 subjek diketahui 70 subjek (95,9%) berada pada kategori prestasi akademik tinggi dan 3 subjek (4,1%) berada pada kategori prestasi akademik sedang. Dari hasil di atas, maka secara umum prestasi akademik mahasiswa fakultas psikologi Universitas Teknologi Sumbawa berada pada kategori tinggi. Hal ini sebagaimana yang dikemukakan oleh Zimmerman (Ulum, 2016) yang mengatakan bahwa dalam proses belajar, mahasiswa *self-regulated learner* menggunakan strategi-strategi khusus guna mencapai tujuan belajarnya.

Berdasarkan hasil penelitian, evaluasi diri (*self-evaluating*) adalah strategi *self-regulated learning* yang paling tinggi digunakan oleh mahasiswa dibandingkan dengan strategi-strategi lainnya dengan persentase sebesar 3,97%. *Self-evaluating* merupakan upaya pembelajar dalam rangka mengevaluasi kualitas serta kemajuan dari pekerjaan (Zimmerman, 1989). Shunk (2005) menjelaskan bahwa penilaian evaluasi diri ini menguatkan keberhasilan mereka dalam belajar dan mendorongnya untuk bertahan. Evaluasi diri terhadap hasil kemajuan maupun kualitas pekerjaan mahasiswa menimbulkan reaksi diri pada mahasiswa yang membantunya dalam perencanaan dan performansi yang nantinya akan ditampilkan di masa yang akan datang terhadap tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya sebagaimana yang dikemukakan oleh Boekarts (Susanto, 2006).

KESIMPULAN & SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*) mahasiswa secara umum berada pada kategori sedang dan prestasi akademik mahasiswa berada pada kategori tinggi. Adapun strategi *self-regulated learning* yang paling tinggi dan dominan mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa yakni strategi evaluasi diri (*self-evaluating*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-regulated learning* dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas

Teknologi Sumbawa (UTS) dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,420$; $p = 0,0001$ ($p < 0,05$), yang berarti semakin tinggi *self-regulated learning* mahasiswa, maka semakin tinggi pula prestasi akademik mahasiswa, begitupun juga sebaliknya. Semakin rendah *self-regulated learning* mahasiswa, maka rendah pula prestasi akademik mahasiswa.

Adapun saran yang dapat diberikan oleh peneliti berdasarkan hasil penelitian di atas sebagai berikut:

1. Bagi Fakultas Psikologi
Pihak fakultas psikologi sekiranya mengembangkan serta menerapkan proses belajar mengajar yang dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis mahasiswa melalui dialog maupun tanya jawab dan dosen mengharuskan mahasiswanya untuk menjawab ketika diminta. Di samping itu, tidak mentoleransi pengumpulan tugas yang lebih dari waktu yang telah ditentukan sehingga membuat mahasiswa menjadi lebih giat dalam menyelesaikan tugas maupun tuntutan-tuntutan lainnya yang diberikan.
2. Bagi Mahasiswa
Mahasiswa hendaknya meregulasi dirinya dalam belajar sehingga dapat meningkatkan prestasi akademik. Adapun cara mengembangkan kemampuan regulasi diri dalam belajar yakni dengan menetapkan tujuan belajar, merencanakan, memonitor dan mempertahankan perilaku belajar dan menciptakan lingkungan yang sesuai atau dengan gaya belajar.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Bagi peneliti selanjutnya yang ingin mempelajari meneliti lebih lanjut tentang *self-regulated learning* dan prestasi akademik diharapkan agar memperluas cakupan penelitian dengan mempertimbangkan variabel lain seperti *locus of control*, tipe kepribadian, kecerdasan akademis yang juga dapat berhubungan dengan kedua variabel tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Kristiyani, T. (2016). *Self-Regulated Learning: Konsep, Implikasi, dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia*. Skripsi. Sanata Dharma University Press.
- Mahmoodi, M, H. Behrooz, K. & Rozhin, G. (2014). "Self-Regulated Learning (SRL), Motivation & Language Achievement of Iranian EFL Learners", *Procedia – Social and Behavior Science* 98: 1062-1068
- Minauli, I. & Imelda B. (2011). "Hubungan Efikasi Diri dan Regulasi Diri dalam Belajar dengan Prestasi Akademik Mahasiswa", *Jurnal Analitika* 3(2):79-84.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Shunk, D. H. (2005). "Self-Regulated Learning: The Educational Legacy of Paul R. Pintrich", *Educational Psychologist* 40
- Susanto, H. (2006). "Mengembangkan Kemampuan *Self Regulation* untuk Meningkatkan Keberhasilan Akademik Siswa", *Jurnal Pendidikan Penabur*

- 5(7): 64-71.
- Ulum, M. I. (2016). "Strategi Self- Regulated Learning Untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa", *Psymphatic Jurnal Ilmiah Psikologi* 3(2):153- 170
- Yulianti, P. Sano, A & Ifdil. (2016). "Self- Regulated Learning Siswa Dilihat dari Hasil Belajar", *Jurnal Educatio* 2(1): 98-102.
- Zimmerman, B. J. (1989). "A Social Cognitive View of Self Regulated Academic Learning", *Journal of Educational Psychology* 81(3):329-339.